MANUAL TÉCNICO
XVIII CAMPEONATO CENTROAMERICANO
DE ATLETISMO MASTER

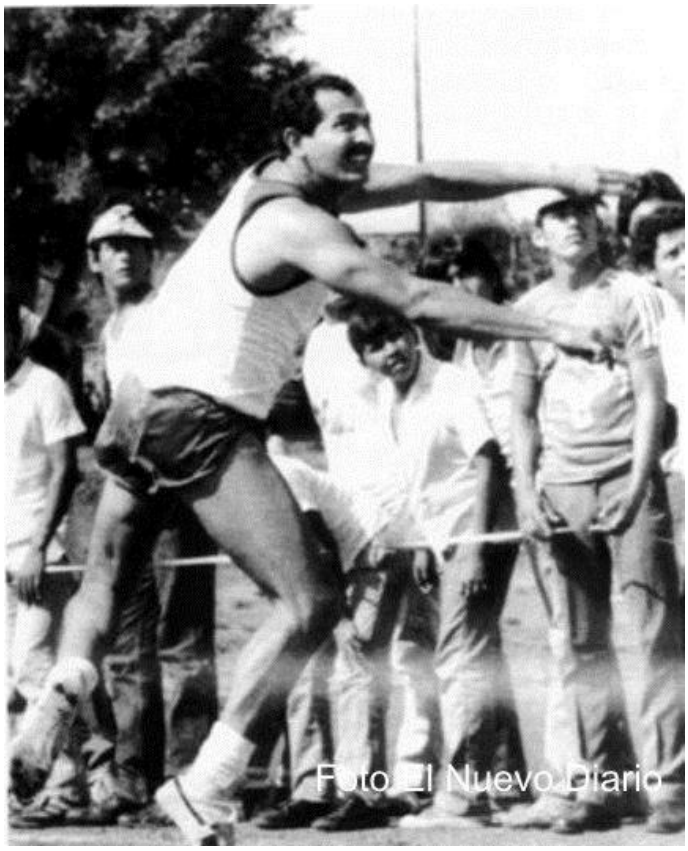
COMITÉ ORGANIZADOR

Arq. Marlon Tórres	Presidente Honorífico
Ing. Rodolfo Gómez	Presidente
Lic. Carlos Huete	Vice-Presidente
Ing. Ángela Fernández Irías	Secretaria General
Lic. Marvin Valle	Tesorero
Lic. Jannett Ramírez	Coordinador de Logística
Lic. Brian Keaveney	Delegado Técnico

Comisiones Ejecutivas:

Lic. Yodi Elizondo	Director de la Competencia
Ing. Douglas Gutiérrez	Director de la Reunión
Ing. Kenia Jarquín	Director de Informática y Resultados
Lic. Santos Treminio	Director Técnico
Lic. Róger Gómez	Acreditaciones
Arq. Oscar Stanley Rodríguez	Protocolo y Premiación
Dr. Berman Sánchez y Licda. Maritza Guevara	Servicios Médicos
Lic. Manuel Ampié	Coordinador de Transporte
Licda. María Elsa Pérez y Licda. Karen López	Inauguración y Clausura
Lic. Freddy Avendaño	Seguridad
Srta. Rosa Espinales	Voluntariado Club Acahualinca
Lic. Róger Almanza	Prensa

Donald Vélez Espinoza
(El Chompipe)
Atleta del Siglo XX



Nace en Managua el 20 de Enero de 1948.

Ingresa al Salón de la Fama del Deporte Nicaragüense el 2 de Agosto de 1994.

En 2001 es reconocido como El Atleta del Siglo XX.

En 1965 participa en el 1er Campeonato Centroamericano de Atletismo realizado en San Salvador participando en la prueba de Pentatlón ocupando 2do lugar. Obtiene una puntuación de 2,300 puntos.

En 1967 participa en el 1er Campeonato Centroamericano y del Caribe en la ciudad de Jalapa, México en la prueba de Pentatlón. Ocupa el 2do lugar con 2.847 puntos.

En 1968 participa en los Juegos Olímpicos de México, siendo el único Latino en finalizar la prueba de DECATLÓN en estos Juegos Olímpicos donde participaron 33 atletas de todo el mundo. Ocupa el 20 lugar con 5,943 puntos. Ese mismo año impone record centroamericano en el IV Campeonato Centroamericano con una puntuación de 5, 636 puntos.

En Marzo de 1970 participa en los XI Juegos Centroamericanos y del Caribe celebrados en Panamá, compitiendo en la prueba de DECATLÓN y jabalina, imponiendo Récord Nacional y Centroamericano con un lanzamiento de 72.12 Metros, bueno para 2do lugar y en DECATLÓN mejoró su Récord Nacional y Centroamericano al obtener 6,359 puntos, se ubica en el 4to lugar de la prueba.

En Julio de 1971 en Kingston, Jamaica, supera el Récord Nacional y Centroamericano para la prueba de 110 Metros vallas al detener el cronómetro en 15'8" (pista de arcilla) dejando atrás los 15'9" de Panamá en los 70'.

En 1972 a la edad de 24 años se retira después de participar en los XX Juegos Olímpicos en Munich, Alemania. *Fallece* en la ciudad de Miami a sus 62 años el 11 de julio del 2010 víctima de cáncer.

1. SEDE

El evento se llevará a cabo los días jueves 7, viernes 8 y sábado 9 de noviembre del 2013, en el estadio del Instituto Nicaragüense de Deportes, ubicado en la ciudad de Managua. Este consta de una pista de 400 metros de (8) carriles de 1.22 metros de material sintético con dos áreas habilitadas para el salto de longitud, un área habilitada para el salto de altura, un área habilitada para el lanzamiento de jabalina, un circulo para el lanzamiento de disco y martillo, y un área habilitada para el impulso de la bala.

2. AREA DE CALENTAMIENTO

El área de calentamiento está ubicada en el costado norte del estadio, contiguo al área de cámara de llamada.

3 INSCRIPCIONES

A. La confirmación oficial y numérica por país participante, deberá de recibirse a más tardar el día 16 de septiembre, en la oficinas de la Asociación de Atletas Máster de Nicaragua (ASAMANIC), teléfonos: (505) 2249 9621, 8476 7475 o al correo electrónico: asamanic2004@yahoo.com

B. La inscripción final (nominal) deberá recibirse en las oficinas de la Asociación de Atletas Máster de Nicaragua (ASAMANIC) el día viernes 7 de octubre; en los formularios oficiales enviados por el Comité Organizador. Teléfonos: (505) 2249 9621, 8476 7475 o al correo electrónico: asamanic2004@yahoo.com

4. INVITACIÓN

PAISES CONVOCADOS:

Los países convocados al "XVIII CAMPEONATO CENTROAMERICANO DE ATLETISMO MASTER", son: Belice, Guatemala, Honduras, El Salvador, Costa Rica, y Panamá.

PAISES INVITADOS:

Los países invitados al "XVIII CAMPEONATO CENTROAMERICANO DE ATLETISMO MASTER", son: Estados Unidos, México, Colombia, Venezuela, Argentina y Paraguay.

Nota: Costa Rica, Colombia, Venezuela, Argentina, Paraguay, México y Estados Unidos necesitan visa de entrada a Nicaragua.

5. INFORMACIÓN CLIMATOLÓGICA:

a) Altura sobre el Nivel del Mar: 120 mts.
b) Temperatura Máxima: 33.2 grados centígrados
c) Temperatura Media: 27.4 grados centígrados
d) Temperatura Mínima: 21.0 grados centígrados
e) Humedad Relativa Media: 79.4 %
f) Precipitación Pluvial: 54.9 mm.
g) Velocidad del Viento Media: 1.6 m/seg

6. PRUEBAS CONVOCADAS

Cada evento se ofrece a hombres y a mujeres, excepto cuando así se indique:
Las pruebas convocadas son las siguientes:

6.1.- Carreras: 100m, 200m, 400m, 800m, 1,500m, 5,000m, 10,000m, 100m vallas, 110 vallas y 400m vallas, Cross 6 Kilómetros Femenino, Cross 8 Kilómetros Masculino y ½ Maratón (Ruta) masculino y femenino.
6.2.- Relevos: 4x100 y 4x400
6.3.- Caminata: 5,000m, 10,000m, y 20 Kilómetros (Ruta)
6.4.- Saltos: Altura, Longitud y Triple
5.5.- Lanzamientos: Bala, Disco, Jabalina y Martillo
6.6.- Heptatlón (Masculino):

- Primera Jornada; 100m, Impulsión de Bala, Salto Alto y 400m/p
- Segunda Jornada; Salto de Longitud, Lanzamiento de Disco y 1,500 m/p

7.- Pentatlón (Femenino):

- Primera Jornada; 100m, Salto de Longitud e Impulsión de la Bala
- Segunda Jornada; Lanzamiento de Disco y 800 m/p.

8. CONGRESILLO TÉCNICO

Se realizará en el Auditorio del Instituto Nicaragüense de Deportes (IND) el día miércoles 6 de noviembre, a las 19:00 horas (7:00 p.m.). Podrán estar presentes dos representantes por cada país.

Se entregará horario de cámara de llamada y competencia, credenciales y números de competencia, y se recibirán las cancelaciones de inscripciones (pruebas regulares y adicionales) y pago de hospedaje. Se nombrará el jurado de apelaciones.

9. COSTOS DE PARTICIPACION

El costo por cada atleta extranjero será de $ 30.00 (Treinta Dólares de los Estados Unidos) y atletas nacionales será de $ 20 (veinte Dólares de los Estados Unidos). Esto le da derecho a participar en Tres (3) pruebas individuales y Dos (2) Relevos. Los atletas, que así lo deseen, podrán participar en pruebas adicionales. El costo por prueba será de $ 5.00 (Cinco Dólares de los Estados Unidos).

10. REGLAMENTO

El "XVIII CAMPEONATO CENTROAMERICANO DE ATLETISMO MASTER", se rige con lo que dispone el reglamento de la Asociación Mundial de Atletas Master (WMA) y la IAAF 2012 – 2013. Las situaciones de orden técnico serán resueltas de acuerdo al reglamento de la IAAF 2012 – 2013.

11. IMPLEMENTOS:

El listado de implementos que proporcionará el Comité Organizador para la realización del "XVIII CAMPEONATO CENTROAMERICANO DE ATLETISMO MASTER" y homologados por la IAAF.

A todos los países o delegaciones participantes, se les permitirá traer consigo sus propios implementos para las pruebas de: Jabalina, Disco, Martillo y Bala. Dichos imple-

mentos serán recibidos en la bodega del Estadio del "Instituto Nicaragüense de Deportes". En dicho lugar se harán las mediciones para avalar los implementos; de no llenar los requisitos mínimos establecidos por la IAAF no se aceptarán los implementos presentados. Los implementos aprobados pasarán a ser de uso oficial del Comité Organizador, pudiendo utilizarlo todos los participantes.

12. CRONOMETRAJE:
Se utilizará el sistema automático para la toma de tiempos en las pruebas de pista. Las situaciones de orden general no previstas en el reglamento de la WMA y la IAAF, serán resueltas por el comité organizador.

13. CAMARA DE LLAMADAS
En el costado norte del estadio del Instituto Nicaragüense de Deportes, estará ubicada la Cámara de Llamadas en la que estarán instaladas mesas donde todo competidor debe registrarse.

Los tiempos establecidos para las llamadas e ingreso a la zona de competencia serán los siguientes:

1.- Velocidad: 2 llamadas. 15 minutos antes.
2.- Medio Fondo y Fondo: 2 llamadas. 15 minutos antes.
3.- Relevos: 2 llamadas. 15 minutos antes.
4.- Salto de Altura: 2 llamadas. 35 minutos antes.
5.- Longitud y Triple: 2 llamadas. 35 minutos antes.
6.- Lanzamientos: 2 llamadas. 30 minutos antes

Los atletas entrarán a la pista y abandonarán los mismos acompañados por jueces. Previo al ingreso a la zona de competencia se realizarán dos llamadas para que los atletas se reporten las cuales tendrán un lapso de 15 minutos entre una llamada y la otra.

Posteriormente se ingresará a los atletas a la zona de competencia. Todo el material personal que se recoja en la Cámara de Llamadas será devuelto posteriormente a la persona que lo entregó.

14. PROTESTAS
Los reclamos o protestas serán atendidos de acuerdo a la regla 146 del reglamento de la IAAF y deberá estar acompañada de un depósito de $ 50.00 (cincuenta dólares), los que serán devueltos si esta es válida.

15. PREMIACION
La premiación será distribuida de la siguiente manera:
Eventos Individuales y Relevos:

Primer lugar: Medalla Dorada
Segundo lugar: Medalla Plateada
Tercer lugar: Medalla Bronceada

Notas: Los competidores de los países invitados que concluyan de manera individual en los tres primeros lugares por evento serán premiados con medallas, así mismo los atletas de los países convocados que fueran desplazados por un atleta del país invitado será premiado con esa misma medalla.

Las pruebas donde haya uno o dos competidores serán válidas, y se premiará con la medalla correspondiente a esa categoría.

16. OFICIALES DE LA COMPETENCIA

16.1 Los oficiales de la Competencia, Oficiales Técnicos Internacionales y Jueces de Caminata, serán presentados por el Comité Organizador durante la celebración del Congresillo. Los jueces Internacionales son los nombrados por el comité organizador.

Nota: El comité organizador garantizará albergue y alimentación, a los jueces internacionales avalados por este mismo comité, que de forma voluntaria brinden su colaboración a este evento. Favor enviar la información de éstos, en la fecha de cierre de inscripción. Indicar la especialidad del juez.

16.2 Los Oficiales y Auxiliares necesarios para el control de las competencias serán nombrados por el Comité Organizador.

17. UNIFORMES Y NUMEROS

17.1 Todos los atletas deberán usar uniformes adecuados, según las normas contenidas en la regla 143 de la IAAF.

17.2 Los dorsales de cada competidor será proporcionado por el Comité Organizador, y deberán ser llevados de acuerdo a la regla 143 de la IAAF.

18. HOSPEDAJE Y ALIMENTACIÓN

ASAMANIC, ofrece los servicios de hospedaje en el albergue del Instituto Nicaragüense de Deportes, que se encuentra en las mismas instalaciones donde está ubicado el Estadio Olímpico donde se desarrollarán las competencias. El mismo tiene un costo de U$10.00 (diez dólares) por día. Los cuartos son múltiples con literas dobles y cuentan con aire acondicionado y con servicios higiénicos compartidos. El albergue tiene una capacidad de 315 atletas que estará disponible en su totalidad durante el desarrollo del evento. Las respectivas delegaciones deberán reservar con anticipación la cantidad requerida. El albergue estará disponible a partir del 6 de noviembre.

Los atletas que no hagan uso del albergue, podrán utilizar los servicios ofrecidos por Tour Caribbe, dirigida por la Licenciada Daysi Castellón Teléfono (505) 2270 0021, Telefax (505) 2270 5030. Celular (505) 88871778 E-mail: reservas@tourcaribbe.com. Web: www.tourcaribbe.com. Dirección: De donde fue el LACMIEL 1 c. arriba y 1 ½ c al sur, Frente a Casa del Café, Altamira Managua, Nicaragua. Anexamos listado de hoteles facilitados por la tour operadora.

El albergue cuenta con un comedor, el cual podrá preparar la alimentación de los atletas, previa coordinación con la administración de dicho comedor, la que estará presente el día del congresillo técnico. ASAMANIC no tomará parte de ese arreglo.

Aledaño al estadio existen establecimientos donde se puede adquirir alimentos como Sushi, Pollo frito, Supermercado, Centro Comercial, Gasolineras, Hamburguesas, Subway´s, etc.

19. IDENTIFICACIÓN

Todos los atletas deberán comprobar su edad a través de un documento de identificación (cédula o pasaporte). Estas se deberá enviar adjunto a la inscripción nominal o final. La edad límite cumplida es al día de la competencia, esto permitirá su acreditación e inscripción definitiva en las pruebas a participar.

20. HOJA DE CONSENTIMIENTO

Cada atleta firmará un documento donde exprese que se encuentra en óptimas condiciones de salud, y que los riesgos de su participación corren por cuenta propia, deslindando de responsabilidad al Comité Organizador del Campeonato por cualquier problema de salud o accidente. Dicho documento se deberá entregar durante el congresillo técnico o enviado adjunto a la inscripción del país al que pertenece el atleta.

21. EDAD DE LOS PARTICIPANTES

El rango de edad de los participantes está contemplado según el reglamento de la World Master Asociation (Asociación Mundial de atletas Master (WMA)). La misma inicia a los 35 años cumplidos para hombres y mujeres, cumplidos a más tardar el día de la competencia y su incremento es de 5 años indefinidamente.

También se estará compitiendo en categoría Pre – Master, cuyas edades comprenden entre los 30 – 34 años de edad tanto para masculino como femenino.

22. RELEVOS

Los relevos podrán ser Mixtos por países y edades:

22.1 – Si en el relevo participan atletas de diferentes países tienen derecho a medallas.

22.2 – Si en el relevo participan atletas de diferentes edades, el relevo corresponde a la categoría del atleta de menor edad.

23. ACREDITACIÓN

La acreditación se estará realizando en las instalaciones del Instituto Nicaragüense de Deportes (IND) el día Miércoles 6 de noviembre de 2013, a partir de las 15:00 horas (3:00 p.m.) en el Auditorio de esta institución, en donde se cancelará pago de inscripción, pruebas adicionales y albergue.

ANEXOS

Renuncia de Responsabilidad
Disclaimer

La renuncia **debe ser firmada** para poder participar en el XVIII Campeonato Centroamericano de Atletismo Master.

The waiver must be signed in order to be able to participate in the XVIII Central American championship Athletics Master.

Yo _____, bajo juramento declaro que según exámenes médicos, tengo buena salud y estoy preparado físicamente y mentalmente para participar en el XVIII Campeonato Centroamericano de Atletismo Master a la WMA, ASOCIACIÓN DE ATLETAS MASTER DE NICARAGUA, COMITÉ ORGANIZADOR DEL XVIII CAMPEONATO CENTROAMERICANO DE ATLETISMO MASTER 2013.

Por este medio **EXONERO** a todos los auspiciadores y organizadores de este evento de **TODA RESPONSABILIDAD** por cualquier lesión, pérdida o daño a mi integridad personal que pueda ocurrir en el curso de (o en conexión con), el Campeonato Centroamericano de Atletismo Master.

I declare that according to medical examinations I am in good health and I am preparing to participate in the XVIII Central American of Athletics Master Championship WMA, ASSOCIATION Master of Athletes from Nicaragua, Organizing Committee of the XVIII Championship Athletics American Master 2013 and by this letter I exonerate the organization group of this event about any injury that may happen to me during this championship.

_____ _____

Firma del Atleta / Athlete's Signature Fecha / date

FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN NUMÉRICA PRELIMINAR
XVIII CAMPEONATO CENTROAMERICANO DE ATLETISMO MASTER
2013

Asociación Miembro: _____

Dirección: _____

Teléfono: _____ Email: _____

Atletas	Hombres	Mujeres	Total
Atletas			
Jefe Delegación			
Otros Oficiales			
Total Delegación			

Nombre y Apellido: _____

Función: _____

Firma: _____

Fecha y Sello: _____

Este formulario debe ser enviado al Comité Organizador no más tarde del 16 de septiembre del 2013. Se tomará como fecha límite.

HOTELES EN MANAGUA CERCANOS AL INSTITUTO DE DEPORTE.

Nombre del Hotel	Dirección	Precio x Noche en Doble	Incluye	Observación
Hotel Holiday Inn	Plaza Holiday Inn, Pista Juan Pablo II	USD$130.00	Desayuno e Internet	Es el más cercano al estadio olímpico. Podrían llegar caminando.
Hotel Crown Plaza	Centro Comercial Plaza Inter, Avenida Bolívar	USD$130.00	Desayuno e Internet	En taxi, están entre 5 y 10 minutos del estadio.
Hotel Mansión Teodolinda	Bolonia, Hospital Militar, 2 c. Norte, 2 c. Oeste	USD$75.00	Desayuno	En taxi, están entre 5 y 10 minutos del estadio.
Hotel El Almendro	Metrocentro, Rotonda Rubén Darío, 2 c. Oeste, ½ c. Sur.	USD$85.00	Desayuno	Es el tercer más cercano. Podrían llegar a pie o tomar autobús (ruta 119 y 195 ambas pasan por la entrada principal del estadio).
Hotel Executive	Bolonia, Policlínica Nicaragüense, 50 vrs al Oeste	USD$80.00	Desayuno	Es segundo más segundo más cercano y también podrían llegar caminando.
Hotel Brandt's	Zona Hippos, 1 c. Sur, 1 c. Oeste	USD$80.00	Desayuno e Internet	En taxi, están entre 10 y 12 minutos del estadio.
Hotel Hilton Princess	Km. 4 Carretera Masaya. Centro de Managua Km. 4 Carretera Masaya. Centro de Managua	USD$160.00	Desayuno e Internet	En taxi, están entre 10 y 12 minutos del estadio.

PRECIO SUJETOS A CAMBIO Y DISPONIBILIDAD EN CUALQUIER MOMENTO.

Inscripción Nominal o Final
XVIII Campeonato Centroamericano de Atletismo Master.
Donald Vélez in Memorian
Managua, Nicaragua. 7, 8 y 9 de noviembre de 2013

País: **Sexo**:

			Carreras y Ruta								Vallas			
No.	Nombre y Apellidos	Categoría	100m	200m	400m	800m	1,500m	5,000m	10,000m	½ Mar	100	110	400	
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														

Formulario será entregado en fecha límite el 7 de octubre.

e-mail: asamanic2004@yahoo.com
Teléfonos: 2249 9621

Inscripción Nominal
XVIII Campeonato Centroamericano de Atletismo Master.
Donald Vélez in Memorian
Managua, Nicaragua. 7, 8 y 9 de noviembre de 2013

País: **Sexo**:

			Caminata			Saltos			Lanzamientos			
No.	Nombre y Apellidos	Categoría	5,000m	10,000m	20km	Largo	Triple	Alto	Disco	Bala	Martillo	Jabalina
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												

Formulario será entregado en fecha límite el 7 de octubre.

Inscripción Nominal
XVIII Campeonato Centroamericano de Atletismo Master.
Donald Vélez in Memorian
Managua, Nicaragua. 7, 8 y 9 de noviembre de 2013

País: **Sexo**:

			Cross		Pruebas múltiples		Relevos	
No.	Nombre y Apellidos	Categoría	6km	8km	Heptatlon	Pentatlón	4*100	4*400
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

Formulario será entregado en fecha límite el 7 de octubre.

PROGRAMA DE COMPETENCIAS
XVIII Campeonato Centroamericano de Atletismo Master
Donald Vélez in Memorian

HORARIO DE COMPETENCIAS

Jueves 7 de noviembre			
Hora/Time	**Evento/Discipline**	**Rama/Gender**	**Datos Técnicos/ Tecnical Data**
5:45 a.m.	5,000 mts. marcha	F30+	Estadio IND
6:00 a.m.	Campo traviesa	F30+	6km, Campos deportivos UNAN. Mga.
6:00 a.m	Campo traviesa	M30+	8km, Campos deportivos UNAN. Mga.
6:30 a.m.	10,000 m/p	F30+	Estadio IND
7:20 a.m.	10,000 m/p	M30+	Estadio IND
8:00 a.m.	Salto Altura	F30+	Estadio IND. Altura mínima 30-34 (0.80mts.) 35-49 (0.70mts). 50+ (0.60mts).
8:00 a.m.	Lanzamiento de Disco	M30+	Estadio IND. 30-49 (2Kg). 50-59 (1.5Kg). 60+ (1Kg)
8:00 a.m.	100 mts. vallas	F	Estadio IND 30-39 (0.84mts). 40-59 (0.76mts). 60+ (0.68mts)
8:15 a.m.	110mts vallas	M	Estadio IND. 30-49 (0.99mts).
8:20 a.m.	100 mts. vallas	M	Estadio IND. 50-59 (0.91mts). 60-69 (0.84mts). 70+ (0.76mts)
8:40 a.m	100m/p	F30+	Estadio IND
9:00 a.m	100m/p	M30+	Estadio IND
9:15 a.m	**Inauguración**		**Estadio IND**
10:00 a.m	100m/p Pentatlón	F30+ (1)	Estadio IND
10:00 a.m	Lanzamiento de Disco	F30+	Estadio IND. Disco de 1Kg
10:00 a.m	Salto de Altura	M	Estadio IND. 30-34 (1.10mts). 35-49 (1.00mts). 50+ (0.70mts)
10:15 a.m	5,000mts Marcha	M30+	Estadio IND
11:00 a.m	Sato de Longitud, Pentatlón	F30+ (2)	Estadio IND
11:15 a.m	800m/p	F30+	Estadio IND
11:30 a.m	800m/p	M30+	Estadio IND
11:45 a.m	Impulsión de Bala, Pentatlón	F30+ (3)	Estadio IND
11:45 a.m	Relevos 4*100	F30+	Estadio IND
12:00 m	Relevos 4*100	M30+	Estadio IND

PROGRAMA DE COMPETENCIAS
XVIII Campeonato Centroamericano de Atletismo Master
Donald Vélez in Memorian

HORARIO DE COMPETENCIAS

Viernes 8 de noviembre			
Hora/Time	**Evento/Discipline**	**Rama/Gender**	**Datos Técnicos/ Tecnical Data**
5:30 a.m.	½ Maratón (Ruta)	F30+	21Km, Estadio IND- Circuito Petronic-ENEL, Estadio IND
5:45 a.m.	10,000mts Marcha	M30+	Estadio IND
6:00 a.m	½ Maratón (Ruta)	M30+	21Km, Estadio IND- Circuito Petronic-ENEL, Estadio IND
6:45 a.m.	5,000m/p	F30+	Estadio IND
7:15 a.m.	5,000m/p	M30+	Estadio IND
8:00 a.m.	100m/p, Heptatlón	M30+ (1)	Estadio IND.
8:15 a.m.	10,000mts Marcha	F30+	Estadio IND.
8:30 a.m.	Lanzamiento de Disco, Pentatlón	F30+ (4)	Estadio IND. Disco de 1Kg
8:30 a.m.	Salto de Longitud	F30+	Estadio IND.
9:00 a.m.	Lanzamiento de Martillo	M	Estadio IND. 30-49 (7.26Kg). 50-59 (6Kg). 60-69 (5Kg). 70+ (4Kg)
9:30 a.m	400m/p	F30+	Estadio IND.
9:30 a.m	Lanzamiento de Jabalina	F30+	Estadio IND. Jabalina de 600g
9:45 a.m	400m/p	M30+	Estadio IND
10:00 a.m	Impulsión de Bala, Heptatlón	M30+ (2)	Estadio IND. 30-49 (7.26Kg). 50-59 (6Kg). 60-69 (5Kg). 70+ (4Kg)
10:00 a.m	800m/p, Pentatlón	F30+ (5)	Estadio IND
10:30 a.m	Lanzamiento de Jabalina	M	Estadio IND. 30-49 (800grs). 50-59 (700grs). 60+ (600grs)
10:30 a.m	Salto de Longitud	M30+	Estadio IND
11:00 a.m	Lanzamiento de Martillo	F30+	Estadio IND. Martillo de 4Kg
11:15 a.m	Salto de Altura, Heptatlón	M30+ (3)	Estadio IND
12:00 a.m	400m/p, Heptatlón	M30+ (4)	Estadio IND

PROGRAMA DE COMPETENCIAS
XVIII Campeonato Centroamericano de Atletismo Master
Donald Vélez in Memorian

HORARIO DE COMPETENCIAS

Sábado 9 de noviembre			
Hora/Time	**Evento/Discipline**	**Rama/Gender**	**Datos Técnicos/ Tecnical Data**
5:30 a.m.	20Km Marcha (Ruta)	F30+	Estadio IND- Circuito Petronic-ENEL, Estadio IND
6:15 a.m.	20Km Marcha (Ruta	M30+	Estadio IND- Circuito Petronic-ENEL, Estadio IND
8:30 a.m	200m/p	F30+	Estadio IND
8:30 a.m	Impulsión de la Bala	M	Estadio IND. 30-49 (7.26Kg).50-59 (6Kg). 60-69 (5Kg) 70+ (4Kg)
8:30 a.m	Salto de longitud, Heptatlón	M30+ (5)	Estadio IND
8:45 a.m	200m/p	M30+	Estadio IND.
9:00 a.m	1,500m/p	F30+	Estadio IND.
9:15 a.m	1,500m/p	M30+	Estadio IND.
9:30 a.m	Impulsión de la Bala	F30+	Estadio IND.
9:30 a.m	Lanzamiento de Disco, Heptatlón	M (6)	Estadio IND. 30-49 (2Kg). 50-59 (1.5g). 60+ (1Kg)
9:45 a.m	400m vallas	F	Estadio IND. 30-49 (0.76mts). 50-59 (0.91mts). 60-69 (0.84mts). 70+ (0.76mts)
9:55 a.m	400m vallas	M	Estadio IND. 30-49 (0.91mts). 50-59 (0.84mts). 60-69 (0.76mts). 70+ (0.68mts)
9:45 a.m	Salto Triple	F30+	Estadio IND
10:30 a.m	Sato Triple	M30+	Estadio IND.
11:10 a.m	1,500m/p, Heptatlón	M30+ (7)	Estadio IND
11:30 a.m	Relevos 4*400m/p	F30+	Estadio IND.
11:45 a.m	Relevos 4*400m/p	M30+	Estadio IND